

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ Оренбургской области

Тюльганский район

МБОУ «Тюльганская СОШ №1»

РАССМОТРЕНО
педагогическим советом

Протокол №1
от «30» августа 2023 г.



УТВЕРЖДЕНО
директор школы
П.К. Бобылев
Приказ № 72-д
от «30» августа 2023 г.

**Рабочая программа
по учебному курсу
«Основы Психологии»
Класс: 10**

п. Тюльган, 2023

СОДЕРЖАНИЕ

1. Пояснительная записка.....	3
2. Планируемые результаты освоения учебного курса.....	7
3. Содержание учебного курса.....	12
4. Тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы.....	15
5. Список литературы.....	16
6. Приложения.....	17
6.1. Оценочные материалы. Критерии оценивания.....	17

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Важнейшей задачей современной системы образования в нашей стране является ранняя профориентация обучающихся, одно из направлений которой нацелено на выявление и поддержку педагогически одаренных детей. Деятельность по выявлению и развитию педагогической одаренности приобретает системный характер в рамках психолого-педагогических классов, обеспечивая создание системы непрерывного педагогического образования.

Примерная рабочая программа учебного курса «Основы психологии» для учащихся 10 классов общеобразовательных организаций (далее – Программа) разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования (далее – ФГОС СОО), примерной основной образовательной программой среднего общего образования, а также примерной программой воспитания, одобренной решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 2 июня 2020 г. № 2/20). Программа разработана в помощь обучающимся, чтобы посредством метода активного включения в познавательную и волонтерскую деятельность школьники могли принять решение о правильности предпрофессионального выбора; включиться в процесс самоопределения, саморазвития, самовоспитания и самообразования. Программа ориентирована на достижение метапредметных результатов и развитие функциональной грамотности обучающихся.

Нормативно-правовой базой для создания Программы являются:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ (ред. от 02.07.2021);
- Федеральный государственный образовательный стандарт среднего общего образования» от 17.05.2012 № 413 (ред. от 11.12.2020);
- Примерная основная образовательная программа среднего общего образования, одобренная решением Федерального учебно-методического

объединения по общему образованию (протокол от 28.06.2016 № 2/16-з);

Программа определяет цель, задачи, содержание и организацию изучения курса «Основы психологии» на уровне среднего общего образования, а также планируемые результаты его освоения. При разработке рабочих программ учителя могут вносить свои дополнения в структуру изучения материала и варьировать часы для его изучения.

Целью реализации Программы является создание условий для профессионального самоопределения обучающихся и формирования позитивной установки на выбор педагогической профессии.

Задачи реализации программы:

- мотивировать школьников на осознанный профессиональный выбор и потребность в профессиональном самоопределении с помощью формирования системного представления о педагогической деятельности;
- формировать осмысленное отношение к специфике педагогической профессии, профессионально значимым качествам личности педагога и требованиям к профессиональной педагогической деятельности;
- развивать у обучающихся навыки конструктивного общения, саморегуляции поведения и деятельности, способности работать в команде.
- развивать проектные и исследовательские умения, умения самостоятельно работать с информацией;
- обеспечить практический опыт исследовательской работы.

Общая характеристика учебного курса

Программа учебного курса «Основы психологии» на уровне среднего общего образования обеспечивает междисциплинарные связи с учебными предметами «Обществознание», «Биология», «Русский язык», «Технология»; с примерной программой воспитания, одобренной решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 02 июня 2020 г. № 2/20).

Методологической основой Программы является системно-деятельностный подход, предполагающий активную учебно-познавательную

деятельность обучающихся, формирование готовности к саморазвитию и непрерывному образованию, в данном случае в области психологии и педагогики.

В рамках освоения Программы происходит развитие метапредметных умений, включающих, наряду с другими, универсальные учебные действия: способность формулировать и аргументировать собственную точку зрения, самостоятельно выбирать оптимальные коммуникативные стратегии в различных ситуациях общения. Таким образом, Программа направлена не только на получение целостной системы знаний об основах педагогики и психологии, но и на достижение метапредметных и личностных результатов.

Основные содержательные линии учебного курса представлены в программе «Основы психологии» в виде модулей, изучение которых обеспечивает достижение поставленной цели. Программа учебного курса не дублирует программы соответствующих дисциплин для вузов, а является пропедевтическим курсом для обучающихся старших классов.

Каждая тема программы направлена на решение конкретной задачи, для которой разрабатывается соответствующий кейс (основы теории, цитаты и портреты педагогов, схемы для анализа, примеры конкретных ситуаций, ключевые слова, проблемные вопросы, описание методов для практической работы, др.).

Место учебного курса в учебном плане

Изучение основ психологии на уровне среднего общего образования предполагается за счет часов части учебного плана, формируемой участниками образовательных отношений в объеме 17 часов.

Планируемые результаты освоения курса

В результате освоения программы курса «Основы психологии» обучающиеся будут знать:

- специфику педагогической профессии,
- какие личностные качества профессионально значимы для педагога;

- основные требования к профессиональной педагогической деятельности;
- ключевые термины и понятия, характерные для педагогики и психологии, изучаемые в рамках данного курса;
- методы и приемы изучения поведения человека с точки зрения различных образовательных ситуаций;
- о способностях человека, их природе, о стратегиях личностного развития, успешного образовательного и социального взаимодействия.

Будут уметь:

- проектировать стратегию собственного профессионального и личностного развития, в том числе в области дальнейшего освоения педагогической профессии;
- работать в команде для совместного решения поставленных задач, в том числе проектно-исследовательских;
- самостоятельно работать с информацией.

Будут иметь опыт:

- организации совместной деятельности и общения, в т. ч. в виртуальной среде, проектирования условий и средств продуктивной коммуникации в контексте учебной деятельности;

Смогут сделать осознанный профессиональный выбор в отношении педагогической профессии.

Поскольку учебный курс «Основы педагогики» изучается на уровне среднего общего образования за счет часов части из учебного плана, формируемой участниками образовательных отношений, обучение обеспечивает:

- удовлетворение индивидуальных запросов обучающихся;
- развитие личности обучающихся, их познавательных интересов, интеллектуальной и ценностно-смысловой сферы;
- развитие навыков самообразования и самопроектирования;
- углубление, расширение и систематизацию знаний в психолого-педагогической области;

– совершенствование имеющегося и приобретение нового опыта познавательной деятельности, профессионального самоопределения обучающихся.

Результаты изучения учебного курса «Основы педагогики» способствуют:

- развитию личности обучающихся средствами педагогики и психологии: развитию их общей культуры, мировоззрения, формирование ценностно-смысловых установок;
- развитию познавательных, регулятивных и коммуникативных способностей, готовности и способности к саморазвитию и профессиональному самоопределению;
- обеспечению профессиональной ориентации обучающихся.

II. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО КУРСА

Учебный курс «Основы психологии» представляет собой особую форму организации деятельности обучающихся и входит в учебный план и индивидуальный план (ИП) обучающегося на уровне среднего общего образования.

Личностные результаты в сфере отношений обучающихся к себе, к своему здоровью, к познанию себя:

- ориентация обучающихся на достижение личного счастья, реализацию позитивных жизненных перспектив, инициативность, креативность, готовность и способность к личностному самоопределению, способность ставить цели и строить жизненные планы;
- готовность и способность обеспечить себе и своим близким достойную жизнь в процессе самостоятельной, творческой и ответственной деятельности;
- готовность и способность обучающихся к отстаиванию личного достоинства, собственного мнения, готовность и способность вырабатывать

собственную позицию по отношению к общественно-политическим событиям прошлого и настоящего на основе осознания и осмысления истории, духовных ценностей и достижений нашей страны;

– готовность и способность обучающихся к саморазвитию и самовоспитанию в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества, потребность в физическом самосовершенствовании;

– принятие и реализация ценностей здорового и безопасного образа жизни, бережное, ответственное и компетентное отношение к собственному физическому и психологическому здоровью;

– неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков.

– готовность к договорному регулированию отношений в группе или социальной организации;

– готовность обучающихся к конструктивному участию в принятии решений, затрагивающих их права и интересы, в том числе в различных формах общественной самоорганизации, самоуправления, общественно значимой деятельности;

Личностные результаты в сфере отношений обучающихся с окружающими людьми:

– нравственное сознание и поведение на основе усвоения общечеловеческих ценностей, толерантного сознания и поведения в поликультурном мире, готовности и способности вести диалог с другими людьми, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения;

– принятие гуманистических ценностей, осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к другому человеку, его мнению, мировоззрению;

– способность к сопереживанию и формирование позитивного отношения к людям, в том числе к лицам с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам; бережное, ответственное и компетентное отношение к

физическому и психологическому здоровью других людей, умение оказывать первую помощь;

– развитие компетенций сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности.

– физическое, эмоционально-психологическое, социальное благополучие обучающихся в жизни образовательной организации, ощущение детьми безопасности и психологического комфорта, информационной безопасности.

Метапредметные результаты включают освоенные обучающимися межпредметные понятия и универсальные учебные действия (регулятивные, познавательные, коммуникативные).

Регулятивные УУД

– самостоятельно определять цели, задавать параметры и критерии, по которым можно определить, что цель достигнута;

– оценивать возможные последствия достижения поставленной цели в деятельности, собственной жизни и жизни окружающих людей, основываясь на соображениях этики и морали;

– оценивать ресурсы, в том числе время и другие нематериальные ресурсы, необходимые для достижения поставленной цели;

– организовывать эффективный поиск ресурсов, необходимых для достижения поставленной цели;

– сопоставлять полученный результат деятельности с поставленной заранее целью.

Познавательные УУД

– критически оценивать и интерпретировать информацию с разных позиций, распознавать и фиксировать противоречия в информационных источниках;

– использовать различные модельно-схематические средства для представления существенных связей и отношений, а также противоречий, выявленных в информационных источниках;

- находить и приводить критические аргументы в отношении действий и суждений другого; спокойно и разумно относиться к критическим замечаниям в отношении собственного суждения, рассматривать их как ресурс собственного развития;
- выстраивать индивидуальную образовательную траекторию, учитывая ограничения со стороны других участников и ресурсные ограничения;
- менять и удерживать разные позиции в познавательной деятельности.

Коммуникативные УУД

- осуществлять деловую коммуникацию как со сверстниками, так и со взрослыми (как внутри образовательной организации, так и за ее пределами), подбирать партнеров для деловой коммуникации исходя из соображений результативности взаимодействия, а не личных симпатий;
- при осуществлении групповой работы быть как руководителем, так и членом команды в разных ролях (генератор идей, критик, исполнитель, выступающий, эксперт и т.д.);
- координировать и выполнять работу в условиях реального, виртуального и комбинированного взаимодействия; – развернуто, логично и точно излагать свою точку зрения с использованием адекватных (устных и письменных) языковых средств;
- распознавать конфликтогенные ситуации и предотвращать конфликты до их активной фазы, выстраивать деловую и образовательную коммуникацию, избегая личностных оценочных суждений.

Планируемые предметные результаты

Выпускник научится:

- адекватно использовать коммуникативные средства для решения различных коммуникативных задач, владеть диалогической формой коммуникации;
- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии;

- формулировать собственное мнение и позицию;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- анализировать конфликтные ситуации с одноклассниками и искать компромиссное решение по выходу из конфликта;
- анализировать собственные личностные особенности, а также личностные особенности одноклассников;
- учитывать в сотрудничестве позиции других людей, отличные от собственной, понимать относительность мнений и подходов к решению проблемы;
- поддерживать личностно-доверительный характер взаимодействия в среде сверстников, эффективно действовать индивидуально и в группе;
- уметь применять полученные знания в повседневной жизни, прогнозировать последствия принимаемых решений;
- использовать основные способы самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и психической работоспособности, личностного развития и личностных качеств.

Выпускник имеет возможность научиться:

- навыкам самоанализа и самооценки на основе наблюдений за собственной речью, поведением;
- видам речевой деятельности, обеспечивающими эффективное взаимодействие с окружающими людьми в ситуациях формального и неформального межличностного и межкультурного общения;
- навыкам критического мышления, анализа и синтеза, умений оценивать и сопоставлять методы исследования, характерные для психологии как науки;
- умению обобщать, анализировать и оценивать информацию: психологические концепции, факты, имеющие отношение к личностному развитию;
- представлениям о методах познания психологически процессов;

- навыкам оценивания психологической информации, умений поиска информации в источниках различного типа с целью объяснения и оценки разнообразных явлений и процессов личностного развития;
- способности к личностному самоопределению и самореализации в профессиональной деятельности, владение этикой деловых отношений;
- умениям сохранять эмоциональную устойчивость в стрессовых ситуациях, а также навыками саморегуляции;
- технологиям укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности в учебной и производственной деятельности.

III. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО КУРСА

Структура программы:

Программа состоит из части – «Основы психологии», рассчитанной для 10 класса. Программа рассчитана на одно занятие в неделю всего 17 часов за весь курс.

Особенности содержания курса «Основы психологии» 10 класс

Программа курса для 10 класса охватывает все основные разделы общей психологии. Используя данные современных психологических теоретических и эмпирических исследований, научно-популярные источники совершена попытка систематизировать обширный литературный материал в целостную логически завершенную систему психологических знаний, адаптированный для восприятия подросткового и раннего юношеского возраста.

В разделе «Общая психология», кроме традиционных тем общей психологии, выделены специальные темы: «Интерес и успешность в деятельности», «Самооценка способностей», которые имеют прямое отношение к формированию личности старшеклассника, развитию самопонимания, выработке собственной жизненной позиции.

Раздел «Психология самопознания» включает понятие самопознания, значение самопознания в жизни человека, характеристику самопознания как

процесса, способы и средства самопознания. Также в данном разделе изучаются возрастные особенности юношеского возраста. Знания в данной области способствует осознанию старшеклассником важности процессов самопознания, а также своего возрастного периода.

Раздел «Психология саморазвития» включает в себя изучение сущности саморазвития и его основные характеристики. Приемы и техники саморазвития.

Структура занятий:

Каждая тема содержит материал, который может излагаться в течение одного занятия. В структуре занятия выделяются следующие этапы хода занятия: объявление целей и задач занятия, повторение пройденного, изучение нового материала, практическая работа и закрепление новой темы, рефлексия и подведение итогов.

Введение. (1ч)

Понятие о психологии как науке. Что изучает психология. Головной мозг и психика. Зависимость психической деятельности человека от особенностей его нервной системы. Значение психологии для познания самого себя и других, для успешного осуществления учебной и иной деятельности, для общения и взаимодействия с окружающими людьми, для самовоспитания и выбора профессии. Психологические свойства личности.

Тема 1. Общая психология. Познавательные процессы (8 ч)

Общие способности. Познавательные процессы: внимание, память, мышление. Понятие интеллекта. Понятие творческого мышления, его особенности и условия продуктивности. *Психологический практикум по теме «Общая психология».*

Тема 2. Личность (9 ч)

Что такое темперамент. Психологические характеристики темпераментов. Темперамент и общение. Темперамент и характер. Что такое характер? Типология характеров Э. Кречмера. Акцентуированные типы характеров по К. Леонгарду. Воля и ее основные признаки. Значение воли в

жизни человека, в регуляции его деятельности и общения. Теории воли. Развитие воли у человека. Виды и роль эмоций в жизни человека. Понятие об эмоциях. Классификация и виды эмоций. Эмоции и личность. Понятие мотива и мотивации. Психологические теории мотивации. Мотивация и деятельность. Мотивация и личность.

Психологическое содержание и значение «Я-концепции» как образования, обеспечивающего целостность личности и возможности её развития. Самооценка и уровень притязаний. Локус контроля. Проблема проявлений личности в поведении. Профилактика аддиктивного поведения. *Психологический практикум по теме «Личность».*

Тема 3. Психология самопознания (7 ч)

Понятие самопознания. Значение самопознания в жизни человека. Характеристика самопознания как процесса. Способы и средства самопознания. Результаты самопознания. Идентификация и рефлексия как механизмы самопознания. *Психологический практикум по теме «Психология самопознания».*

Тема 4. Психология саморазвития (8 ч)

Общая характеристика саморазвития. Понятие о развитии. Сущность саморазвития и его основные характеристики. Саморазвитие и жизненный путь личности. Формы саморазвития. Самоутверждение. Самосовершенствование. Самоактуализация. Самопринятие и самопрогнозирование как механизм саморазвития. Самовоспитание как средство саморазвития. *Психологический практикум по теме «Психология саморазвития».*

Практическая работа «Основы психологии» (1 ч)

IV. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ С УКАЗАНИЕМ КОЛИЧЕСТВА ЧАСОВ, ОТВОДИМЫХ НА ОСВОЕНИЕ КАЖДОЙ ТЕМЫ

10 класс (1 час в нед./17 ч. за год)

№ уро ка	Содержание	Кол- во часов	Дата проведения	
			по плану	по факту
	Введение	1		
1.	Психология как наука.	1		
	Общая психология. Познавательные процессы	4		
2.	Познавательные процессы.(Внимание,Память, Мышление. Практическая работа по теме «Структура интеллекта».	1		
3	Творческие способности. Креативность. Творческое мышление. Интерес и успешность в деятельности.	1		
4	<i>Психологический практикум по теме «Общая психология».</i>	1		
	Личность	5		
5	Понятие личности в психологии: сущность и структура (Эмоции и чувства. Мотивация. Темперамент.Характер.Воля.)	1		
6	Самосознание. «Я-концепция».	1		
7	Самооценка и уровень притязаний. Локус контроля.	1		
8	Профилактика аддиктивного поведения.	1		
9	<i>Психологический практикум по теме «Личность».</i>	1		
	Психология самопознания	3		
10	Понятие самопознания,процесс, способы и средства самопознания	1		
11	Идентификация как механизм самопознания. Рефлексия как механизм самопознания.	1		
12	<i>Психологический практикум по теме «Психология самопознания».</i>	1		
	Психология саморазвития	4		
13	Сущность саморазвития и его основные характеристики. Формы саморазвития. Самовоспитание как средство саморазвития.	1		
14	Самоутверждение. Самосовершенствование. Самоактуализация.	1		
15	Самопринятие и самопрогнозирование как механизм саморазвития.	1		
16	<i>Психологический практикум по теме «Психология саморазвития».</i>	1		
17	Практическая работа «Основы психологии»	1		
	Итого:	17 ч.		

V. Список литературы:

1. Коломинский Я. Л. Основы психологии. Учебник для учащихся старших классов и студентов первых курсов высших учебных заведений. М : АСТ, 2010. 239с.
2. Крысько В. Г. Основы общей педагогики и психологии. М : Юрайт, 2019. 472 с.
3. Немов Р. С. Психология: Пособие для учащихся 10-11 классов. М.: Просвещение, 1995.
4. Психология: Учебное пособие. X класс/Под ред. И. В. Дубровиной. М.: Изд-во МПСИ; Воронеж: МОДЭК, 2008.

Словари

1. Психология развития: словарь/Под ред. А. Л. Венгера. М., 2005

Научная литература (монографии, статьи)

1. Битянова, М. Р., Вачков М. Р. Я и мой внутренний мир. Психология для старшеклассников. СПб.: Питер, 2009.
2. Тимошенко Г. В. 50 лайфхаков: психологические квесты. М.: АСТ, 2017.
3. Гамезо М. В. Атлас по психологии: информационно-методическое пособие по курсу «Психология человека». М.: Педагогическое общество России, 2001.

Информационные ресурсы

1. Зеер Э. Ф. Психология профессий: учебное пособие [Электронный ресурс] М. : Академический Проект, 2015. 336 с. URL: <http://www.iprbookshop.ru/36853>.
2. Электронная библиотека психологической литературы (<http://bookap.info/>)
3. Электронная библиотека «Кооб.ru»: подраздел «Психология» (<http://www.koob.ru>)
4. Газета «Школьный психолог» (<http://psy.1september.ru/>)
5. Журнал «Вопросы психологии» (<http://www.voppsy.ru/>)
6. Электронный журнал «Психологическая наука и образование» (<http://www.psyedu.ru/>)

VI. ПРИЛОЖЕНИЕ

6.1. Оценочные материалы

График контрольных работ со сроками проведения

Дата		Темы контрольных работ
план	факт	
		Практическая работа «Основы психологии» 10 класс

Критерии оценивания

Оценивание результатов практических работ проводится в соответствии с таблицей:

Процент выполнения задания	Отметка
86 % и более	отлично
71-85 %	хорошо
50-70 %	удовлетворительно
менее 50 %	неудовлетворительно

Примеры оценочных материалов

Курс «Основы психологии»

Раздел «Общая психология»

Задания

Выписать слова, которые обозначают психические явления.

Слезы, нервный процесс, мышление, память, сон, смех, бег, информация, дыхание, воля, страх, любовь, вера, знания, ощущение, сердцебиение, инстинкт, биотоки мозга, анализатор, слух, ум, восприятие, настроение, интерес, боль, сочувствие, зависть, раздражение, чувствительность.

Разделить данные понятия на две группы и обосновать критерий принятого деления.

Забывание, возбуждение коры головного мозга, ощущение, гордость, запоминание, мышление, счастье, горе, суждение, торможение нервного импульса, инстинктивное действие, оборонительный рефлекс, физиологические процессы мозга, рецептор, старение организма, наследственность, гены, субъективное, материальное, объем мозга, психическое, книга, разрезная азбука, идеальное.

Какая деятельность: сознательная или бессознательная – проявляется в приведенных ниже примерах?

А) У больного белой горячкой реальная действительность как бы заслоняется многочисленными яркими галлюцинациями: ему мерещатся черти, которые ругают его, строят рожи, грозят. Он видит, как на него нападают животные, насекомые, лезут на него, кусают, он как бы слышит голоса, угрожающие убить его. Спасаясь от преследователей, он иногда получает тяжелые травмы, увечья.

Б) Во время сеанса гипноза испытуемому, находящемуся в гипнотическом состоянии, было предложено «украсть» бумажник у товарища. Испытуемый не мог выполнить это задание гипнотизера. Между тем другие приказы – умыться, взять книгу и т.п. – испытуемый выполнял.

В) Ученик быстро и правильно умножает многозначные числа, но не помнит правила их умножения.

Г) Семиклассник, которого поддразнивания друзей вывели из себя, изорвал учебники и тетради, ударил одного из товарищей.

Д) Выпускник школы поступил в педагогический институт и объясняет это тем, что он любит детей и ему нравится понятно излагать математические доказательства.

1. Укажите, в каких примерах говорится о восприятии.

2. По каким признакам вы это установили?

А) Необходимым условием достижения высоких спортивных результатов является наличие у спортсмена хорошо развитых некоторых

особенностей, или «чувств»: чувство мяча у футболистов, чувство воды у пловцов, чувство планки у прыгунов в высоту и т.д.

Б) Князь Андрей ... любовался тем дубом, которого он искал. Старый дуб, весь преобразенный, раскинувшись шатром сочной, темной зелени, млел, чуть колыхаясь в лучах вечернего солнца... Сквозь столетнюю жесткую кору пробились без сучков сочные, молодые листья, так что верить нельзя было, что этот старик произвел их. (Л.Н. Толстой)

В) Французские спелеологи получили данные, свидетельствующие о том, что при длительном пребывании под землей в полном одиночестве теряется представление о времени. Так, Антуан Сеньи на 122-й день своего пребывания в пещере был удивлен, когда ему сообщили о скором окончании эксперимента: по его подсчетам, было лишь 6 февраля, а не 2 апреля, как ему сообщили. (По Б.А. Душкову, Ф.П. Космолинскому)

Г) Во 2 классе учитель, показав детям репу, редьку и редис, спросил, чем отличаются эти овощи по цвету, форме. Дети их пробуют.

Учитель: Валя, тебе понравилась репа?

Ученица: Она вкусная.

Учитель: А редька?

Ученица: Горькая.

Учитель проходит по рядам, дает ребятам нюхать лук, все нюхают, смеются, морщатся. (По Л.В. Занкову)

Д) ...Ванька перевел глаза на темное окно, в котором мелькало отражение его свечи, и живо вообразил себе своего деда Константина Макарыча, служащего ночным сторожем у господ Живаревых. Это маленький, тощенький, но необыкновенно юркий и подвижный старикашка, лет шестидесяти пяти, с вечно смеющимся лицом и пьяными глазами... (А.П. Чехов. Ванька.)

Из приведенных примеров выберите те, которые характеризует поведение человека как индивида и как личности. Обоснуйте ответы.

а) У девочки наблюдается медлительность в моторике, в речи, в мышлении, в возникновении чувств. Она медленно и с трудом переключается с одного вида деятельности на другой.

б) Сотрудник рассказывает коллеге, как он распределяет рабочее время.

в) Учитель внес предложения, осуществление которых значительно повысило успеваемость в школе.

г) У студента К. прекрасная дикция и приятный голос.

д) Мальчик записался в шахматный клуб.

е) Девушка отличается выразительной мимикой, резкими движениями и быстрой походкой.

Напишите перечень личностных свойств и распределите их по группам в соответствии с психологической структурой личности: познавательная сфера, потребностно-мотивационная сфера, эмоциональная сфера, волевая сфера, способности, характер, самосознание.

Разделы «Психология самопознания», «Психология саморазвития».

Задания

Проведите самообследование и заполните программу самопознания и саморазвития:

1) с помощью методики диагностики механизмов психологической защиты Плутчика, Келлермана, Конте;

2) самообследование с помощью методики диагностики социальнопсихологической адаптации К.Роджерса и Р.Даймонда,

3) Изучение эффективности разных видов памяти (по модальности), изучение эффективности непосредственной и опосредованной памяти, мнемотехнических приемов,

4) Исследование распределения внимания с помощью методики «Поиск чисел», заполнение графы «Внимание» программы саморазвития.

Определение устойчивости и переключения внимания по корректурной пробе с таблицей А. Г. Иванова-Смоленского, Определение избирательности внимания по методике Мюнстерберга,

- 5) С помощью методики «Индивидуальные стили мышления» (А. Алексеева, Л. Громовой),
- 6) Самообследование с помощью теста креативности Э. Торренса
- 7) Пройти методику СЖО Д. А. Леонтьева
- 8) Выполнение тестов диагностики самооценки и уровня притязаний личности (методика С.А. Будасси и тест Шварцландера),
- 9) Пройти методики диагностики темпераментальных особенностей Г.Айзенка,
- 10) Пройти тест - опросник Г. Шмишека, К. Леонгарда

Программа самопознания и саморазвития

Методика	Результат диагностики (уровень, особенности, проявления ит.д.)	Цель (что я хочу изменить)	Ресурсы внешние и внутренние (что мне нужно для изменений)	Инструменты (как я буду это делать)

Задание 1. Представьте плюсы и минусы конфликта в образовательной среде.

Задание 2. Опишите основные подходы и методы решения конфликтов. Проанализируйте приемы решения конфликтов по схеме: известный прием; прием, которому нужно научиться; прием, который нужно обдумать.

Задание 3. Упражнение «"Ты-высказывание", "я-высказывание"».

Участникам группы необходимо переформулировать «ты-высказывания»:

Неверно: Ты никогда меня не слушаешь!

Верно: Когда я вижу, что собеседник меня не слушает, мне неприятно, ведь я говорю достаточно важные вещи. Пожалуйста, будь внимательнее к тому, что я говорю.

Неверно: Что ты все время разговариваешь параллельно со мной?

Верно: Мне сложно говорить, когда кто-то еще разговаривает одновременно со мной. Если у тебя есть вопрос — задай его. Возможно, если ты внимательно послушаешь меня, то потом у тебя возникнет меньше вопросов.

Неверно: Вечно ты хамишь!

Верно: Когда ко мне некорректно обращаются, я раздражаюсь и не хочу больше общаться. На мой взгляд, ты можешь быть более уважительным по отношению ко мне. В свою очередь, постараюсь быть более терпимой.

Задание 4. Упражнение «Пословицы».

Каждая подгруппа должна придумать мини-рассказ, который иллюстрирует пословицу (пример из жизни, или «Есть такое мнение, что...»). Сама пословица не называется. Группы рассказывают свою историю, задача остальных – отрезюмировать слова выступающего (часто именно это и является пословицей).

Задание 5. В предложенной ситуации определите, на какой стадии находится данный конфликт, и аргументируйте, по каким признакам вы это определили. Дайте анализ структуры конфликта: участники конфликта, объект конфликта, конфликтная ситуация и образы конфликтной ситуации сторон.

- Девятому классу была поручена уборка школьной территории. Один из учеников отказался остаться с классом и попытался уйти. Его останавливает классный руководитель, беседует с мальчиком, но даже после этого он уходит. В результате ученик несколько дней не появляется в школе.

- Ребята уговорили молодого преподавателя английского языка вместе с ними уйти с урока в кино на английский фильм. Директор вызвал к себе весь класс, но они не признались и не выдали учителя.

- Классу поручили подготовку и проведение школьной викторины. Классный руководитель поделила всех учеников на группы и каждой группе отдала определенный участок работы. Одна из групп, рьяно взявшись за дело, стала предъявлять претензии другим, высказывать недовольство их медлительностью, нетворческим отношением. Те, в свою очередь, приняли эти высказывания как оскорбления. В результате возник конфликт.

- Ученица седьмого класса Люда на перемене подметила, что ее одноклассник Сережа похож на древнего человека. Класс стал подтрунивать над мальчиком, а тот злился и готов был в любой момент насолить Люде. Вдруг девочка допустила оплошность, и класс начал смеяться. Сережа смеялся громче всех. Тогда Люда подошла с учебником к мальчику и показала ему картинку с древним человеком. Тот разозлился и грубо обозвал ее. В ответ на грубость она стукнула его книжкой по голове.

Задание 6. Ответьте, как вы поступите в следующих случаях, моделирующих определенную ситуацию взаимодействия (Мириманова М. С. Конфликтология).

1. Вы собираетесь идти в поход и выступаете на собрании, пытаясь четко обрисовать возможную картину предстоящих дней. Вдруг до вашего слуха доносится чей-то голос из зала: «Ну и зануда же ты. Как это все надоело!».
2. Фраза со стороны учителя или родителя по поводу вашей работы, над которой пришлось попотеть: «Какая чепуха! Ты не знаешь элементарных вещей».
3. Фраза со стороны одноклассника в тот момент, когда вы в группе что-либо увлеченно рассказываете: «Опять ты все врешь!»

4. Фраза со стороны педагога: «Похоже, из тебя все-таки ничего не выйдет».
5. Фраза (для ребят) со стороны других мальчиков в индивидуальной беседе: «Знаешь, по-моему, ты слабак по жизни».
6. Фраза (для девочек) со стороны подруг в индивидуальной беседе «С такой внешностью и ты все еще на что-то рассчитываешь?»
7. Фраза со стороны учителя по поводу вашей работы: «Легче слона научить ходить по веревочке, чем тебя грамоте».
8. Фраза (для девочек) со стороны подруг в индивидуальной беседе: «Все мальчишки говорят, что тебе ничего не светит».
9. Фраза (для ребят) со стороны других мальчиков: «А слабо тебе его поколотить?»
10. Фраза (для девочек) со стороны мальчика про близкую подругу: «Все знают, что она дура».
11. Фраза (для ребят) со стороны девочки: «А слабо тебе с моста прыгнуть, если я тебе нравлюсь?»

Задание 7. О каком средстве коммуникации писал Даниэль Уэбстер: «Заберите у меня все, чем я обладаю. Но оставьте мне мою речь. И скоро я обрету все, что имел. Почему?»

Задание 8. Оцените техники ведения беседы, перечисленные ниже. Какие из 11 них позитивные, а какие негативные? а) В беседе мы сопровождаем высказывания партнера репликами вроде: «Глупости ты говоришь», «Ты, я вижу, в этом вопросе ничего не понимаешь», «Я бы мог вам это объяснить, но боюсь, вы этого не поймете» и т. п. б) Сопровождение речи партнера высказываниями типа: «Да...., да..., угу...» в) Мы дословно повторяем высказывания партнера. При этом можно начать с вводной фразы: «Как я понял Вас...», «По Вашему мнению...», Ты считаешь...» и т. д. г) В ходе беседы мы вставляем высказывания типа: «Пора приступить к предмету разговора...», «Мы несколько отвлеклись от темы...», «Давайте вернемся к

цели нашей встречи» и т. д. д) Мы пытаемся найти у партнера понимание только тех проблем, которые волнуют нас самих. е) Мы воспроизводим высказывание партнера в сокращенном, обобщенном виде, кратко формулируем самое существенное в его слова

Задание 9. О каком стиле общения Павла Ивановича Чичикова со старухой, хозяйкой трактира, мы можем говорить? «Старуха пошла копаться и принесла тарелку, салфетку, накрахмаленную до того, что дыбилась как засохшая кора, потом нож с пожелтевшею костяною колодочкою, тоненький, как перочинный, двузубую вилку и солонку, которую никак нельзя было поставить прямо на стол. Герой наш по обыкновению сейчас вступил с нею в разговор и расспросил, сама ли она держит трактир или есть хозяин, и сколько дает доходу трактир, и с ними ли живут сыновья, и что старший сын – холостой или женатый человек, и какую взял жену, с большим ли приданым или нет, и доволен ли был тесть, и не сердился ли, что мало подарков получил на свадьбе, словом, не пропустил ничего».